

La consulta de Dr. Vicente Nieto

Especialista en Cardiología de Hospital Perpetuo Socorro

El especialista en Cardiología advierte de los peligros del tabaco, que puede producir cardiopatías isquémicas y accidentes cerebrovasculares, y recomienda abandonar este hábito por sus múltiples beneficios desde el mismo momento en que se deja de fumar. En días ya disminuye la frecuencia cardíaca, señala.

«Fumar un cigarro diario sube un 40% el riesgo cardiovascular»

CANARIAS7 / LAS PALMAS DE GRAN CANARIA

— ¿Es relevante la relación entre tabaco y daño cardíaco?

— Efectivamente como revelan las cifras. Porcentualmente, un 23% de la población española es fumadora, con un 27% de incidencia en la población masculina y un 18% en la femenina. En términos absolutos el tabaco provoca a nivel nacional 56.000 muertos al año aproximadamente. De esta cifra, unos 24.000 fallecimientos se deben al desarrollo de algún tipo de cáncer, del que 16.500 se deben al cáncer de pulmón. Unas 10.000 son producto de la enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC) y otras 18.000 tienen su origen en enfermedades cardiovasculares, entre las que destacan 6.000 infartos y 4.000 ictus con desenlace fatal. En todo el mundo existen 1.000 millones fumadores, entre los que se producen siete millones de muertes directas al año por el tabaco, de las cuales 890.000 son fumadores pasivos. Por ello se considera sin duda una auténtica epidemia.

— ¿Qué enfermedades cardiovasculares produce el tabaco?

— Las enfermedades cardiovasculares más frecuentes son en primer lugar las cardiopatías isquémicas, en las que el infarto y la angina de pecho son las principales afecciones. En segundo lugar se encuentran los accidentes cerebrovasculares, es decir, los ictus), seguidos de las arteriopatías periféricas, como se conoce a la afectación de las arterias de las piernas con el resultado de claudicación intermitente cuyo principal síntoma es el dolor al caminar. El cuarto puesto lo ocupan los aneurismas de aorta.

— ¿La cantidad determina por sí sola el riesgo?

— Una persona que fume 20 cigarrillos multiplica por cuatro la posibilidad de sufrir una enfermedad cardiovascular. Quien



En la imagen, el doctor Vicente Nieto, especialista en Cardiología de Hospital Perpetuo Socorro.

fume entre uno y tres cigarrillos diarios multiplica por 1,5, lo que significa que tiene un 40% de riesgo más que una persona que no fume. El fumador pasivo tiene entre un 25 y un 30% más de riesgo que quien no inhala el humo del cigarro. También existen otras formas de fumar que son nocivas para la salud cardiovascular como sistemas electrónicos de administración de nicotina y el sistema de consumo de nicotina sin que se quemara también desaconsejable.

— ¿Qué beneficios tiene su abandono?

— Tiene múltiples beneficios desde el mismo momento que se deja de fumar. En días ya disminuye la frecuencia cardíaca y la tensión arterial además de normalizarse las concentraciones de monóxido de carbono. En semanas ya se ha mejorado la circulación sanguínea y en meses se ha favorecido la respiración y

se ha reducido de forma importante la tos. Al cabo de un año disminuye un 50% el riesgo de infarto y tras el paso de un lustro se reduce un 50% el riesgo global de muerte. A los diez años el peligro de sufrir un accidente cerebrovascular es el mismo que de no haber fumado nunca y a los quince años el peligro de padecer un infarto se sitúa también al nivel de alguien que no ha fumado nunca.

— ¿Cómo puede lucharse contra el tabaco?

— La Organización Mundial de la Salud ha dictado seis medidas MPower que consisten en vigilar el consumo, proteger a la población del humo, ofrecer asistencia a las personas que quieren dejar de fumar, advertir de los peligros del tabaco, hacer cumplir las prohibiciones sobre la publicidad, promoción o patrocinio del tabaco y aumentar los impuestos.

UNIDAD DE CARDIOLOGÍA

HPS hospitales.com

HPS

HOSPITAL PERPETUO SOCORRO

TU CORAZÓN EN

Buenas Manos

Dr. Francisco M. Jiménez Cabrera
 Dr. Javier Cuba Herrera
 Dra. María del Mar Ávila González
 Dr. Manuel Andrés Piñón Fernández
 Dr. Octavio Rodríguez Pérez
 Dr. Pablo M. Ruiz Hernández
 Dr. Rayco Cabeza Montesdeoca
 Dra. Silvia del Pino Gopar Gopar
 Dr. Vicente José Julio Nieto Lago

928 49 99 00

Daño vascular

El tabaco tiene más de 4.000 sustancias tóxicas. Cuando se fuma hay dos fases en la afectación vascular que se producen de forma simultánea. La fase de partículas está vinculada a distintas sustancias como la nicotina, que en el sistema cardiovascular produce un aumento de la frecuencia cardíaca y de la tensión arte-

rial. Otra partícula muy significativa es el alquitrán, que provoca un problema de inflamación del endotelio, que es la capa de las arterias que está en contacto con la sangre y produce alteraciones en el sistema de la coagulación. La fase gaseosa está vinculada fundamentalmente al monóxido de carbono, que compite con

el oxígeno en la hemoglobina, que es la que transporta el oxígeno. Cuando se fuma como el monóxido se aspira pasa a la sangre y es más aditivo para la hemoglobina, que si transporta uno no puede llevar al otro. Esto hace que las células dispongan de menos oxígeno y entonces se producen fenómenos isquémicos.